

# 最新小班幼儿健康教育教案(大全8篇)

教案不仅包括具体的教学活动和时间安排，还包括教学目标、教学方法和评价方式等内容。接下来，我们将分享一些初一教案的实例，以便大家在教学过程中能够更加灵活和高效地运用教案。

## 小班幼儿健康教育教案篇一

- 1、初步学会看图并选择正确的路线到达目的地。
- 2、通过线路的多样性，培养反应能力，提高耐久跑的能力。
- 3、体验游戏成功带来的快乐，培养敢于挑战困难，勇敢坚强的优秀品质。
- 4、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。
- 5、培养幼儿乐观开朗的性格。

初步学会看图并选择正确的路线到达目的地。

画有不同图案的小卡片若干张，数字标识若干，藏宝图（路线图）若干（定点相同，路线不同）。

### 一、开始部分

#### 1、创设情境，激趣导入：

师：今天，老师要带小朋友去一个地方寻宝，寻宝的路上很远，我们会很累，所以我们要先锻炼好身体，才能闯过难关，对吗？现在让我们跟着音乐一起来运动，看谁做的动作有精神。

2、听音乐做热身活动，教师带领幼儿活动身体的各个关节，为游戏做好身体的准备。

## 二、基本部分

### （一）学习探险的本领：

1、教师介绍在野外活动时，辨别方向的几种方式。（带指南针，看太阳的方向，看树桩的年轮……）教师重点介绍指南针的使用方法。

2、教师出示活动的“藏宝图”，并讲解看藏宝图的方法，介绍地图上的东南西北和幼儿园的东南西北，帮助幼儿对应起来，必要时可以借助幼儿园标志性的建筑物。

### （二）游戏《探险寻宝》：

1、老师：“现在我们就要准备出发去探险寻宝了，小朋友们准备好了没有？先来检查自己的鞋子穿好没有。”

2、引导幼儿讨论“探险寻宝时的注意事项”。

师：“现在请小朋友告诉老师游戏时要注意什么？要怎样做？”

3、教师小结探险寻宝要注意的事项：活动时不能推、拉、撞别人；不能争先恐后，要一个一个按顺序进行游戏。

4、教师让幼儿一个一个出发，按着藏宝图去寻找每个点的小卡片。

5、教师小结游戏情况，指出不足之处，表扬勇敢、积极的幼儿。

## 三、结束部分

1、老师：“今天的探险寻宝活动就要结束了，小朋友玩得高兴吗？你们都是能干的小勇士，不怕苦，不怕累完成了寻宝任务，真棒！”

2、听音乐做放松活动，游戏结束。

1、幼儿人数过多，一个一个出发场面有些混乱，我觉得以后可以组织他们以小组的形式进行定向游戏，例如5个人为一组，一组组出发。

2、在游戏过程中，幼儿并没有按照地图上的路线前进，而是跟着其他小朋友一起瞎跑，看到有小卡片放着就拿了，并没有达到“初步学会看图并选择正确的路线到达目的地”这个目的。如果以后再进行此类活动，必须分2个课时，第一课时可以先详细讲解定向的规则，然后再实地游戏。

## 小班幼儿健康教育教案篇二

1、初步了解适当晒太阳对人身体健康有好处。

2、学会在太阳直射下保护自己不受紫外线伤害。

1、图片：太阳伞，太阳和戴帽子的孩子，很热的天

2、趣味练习：寻找夏天的东西

### 一、室外活动

1、带幼儿到阳光下面晒太阳。

2、引导互相说一说太阳晒在身上的感觉。

### 二、室内活动

1、讨论：晒太阳对身体有什么好处？

你知道谁最需要晒太阳吗？

引导幼儿回忆老人、小朋友、病人都需要晒太阳。

2、了解日光浴

提问：你见过有的人在沙滩上晒太阳吗？

告诉幼儿在沙滩上晒太阳叫沙滩日光浴。

经常接受日光浴可以防止缺钙，增强免疫系统功能。

4、出示图片：打太阳伞

提问：晒太阳有那么多的好处，他们为什么还打太阳伞遮住太阳呢？

引导幼儿互相讨论。

教师向幼儿解释在强烈的阳光下要注意防护，因为阳光中的紫外线对人体有伤害，

紫外线照射皮肤时，可引起血管扩张，出现红斑，过量照射可产生弥漫性红斑，

并形成小水泡和水肿，长期照射可使皮肤干燥、失去弹性和老化。

紫外线照射眼睛时可引起角膜炎。

三、结束

趣味练习：寻找夏天的东西

请幼儿找出夏天的物品：帽子、防晒霜、太阳镜、遮阳伞等，说说他们分别有什么用。

## 小班幼儿健康教育教案篇三

1、了解引起肚子疼的几个原因，懂得讲卫生保证身体健康。

2、帮助幼儿逐步养成讲卫生、爱清洁的良好习惯。

1、音乐《洗手歌》、《猪八戒吃西瓜》

2、视频动画《皮皮为什么会肚子疼》

3、引起肚子疼原因的图片、剪指甲刀

一、导入活动：

1、音乐律动带幼儿进活动室——《猪八戒吃西瓜》

教师：小朋友们，你们都知道贪吃的猪八戒么？（知道）

今天猪八戒送给我们班很多西瓜，我们一起分享好么，那我们怎么把它们运进来呢？（搬进来、抬进来、滚进来）西瓜是圆的，那我们就用滚得这个办法，把西瓜运进来。

2、教师：孩子们，刚才为什么肚子疼啊？（吃太多西瓜了）

二、引导幼儿欣赏视频动画

1、教师：今天有个小朋友，他叫皮皮，他的肚子也疼了，看看是为什么呢？

请幼儿观看——《皮皮为什么会肚子疼》

教师：小朋友们，刚才皮皮在干什么？（吃指甲、把又脏又

长的指甲放自己嘴巴里，太不讲卫生了）

2、请幼儿继续观看动画，吃完指甲，皮皮会怎么样呢？（肚子疼进医院）

教师：肚子疼后，皮皮进医院，医生对皮皮做了什么呢？  
（蛔虫在皮皮肚子里咬他，医生给皮皮吃了药，然后剪完指甲，皮皮才可以回家）

3、教师小结：我们千万不要像皮皮学习，要做一个勤剪指甲、讲卫生的好孩子。

三、教师检查幼儿的指甲，为幼儿现场剪指甲

教师：小朋友们你的指甲长不长啊？老师来帮你检查一下，今天老师也准备了一个剪指刀，给指甲长得小朋友剪剪。我们要经常剪指甲，勤洗手讲卫生，饭前便后、游戏后都要洗手，做个讲卫生的好宝宝！

四、请幼儿再次观看视频动画

1、教师：过了几天，皮皮再一次住进医院，我们一起看看又发生了什么事？

皮皮又肚子疼，是为什么？（吃太多的饭，不消化越吃越胖，而且不运动）

2、那我们看看医生对皮皮说了什么？（医生说：要注意营养均衡，不挑食，而且要多锻炼，这样身体才会棒）

3、教师小结：我们平时吃饭要注意营养均衡，吃饱后最好是散散步，有助于消化，而且不能做剧烈运动，不跑不跳，可以做点小动作。

4、教师带幼儿散散步，教育幼儿慢慢走，这样肚子就舒服多

了。（放音乐——猪八戒吃西瓜）

五、引导幼儿了解其它引起肚子疼的原因

2、教师出示图片：喝生水、吃太多雪糕、睡觉露肚子、吃腐烂变质的水果都会引起肚子疼。

六、教育幼儿做个讲卫生、爱清洁、身体健康的孩子

我们要想做个健康的宝宝，就要每天好好吃饭，注意营养均衡，讲卫生、勤洗手爱清洁做个既干净又健康的好孩子，健康很重要，那现在就让我们行动起来，从洗手开始好不好？  
（好）

七、带幼儿做律动《洗手歌》

边做律动边学习洗手，带幼儿走出活动室。

## 小班幼儿健康教育教案篇四

“幼儿园健康教育”是以实现幼儿的身心健康为目标，全面提高幼儿对健康的认识水平，培养幼儿的良好习惯所实施的教育，将为幼儿的未来的健康生活奠定坚实的基础。针对我们小班幼儿的年龄特点，我们将健康教育内容渗透在幼儿的一日活动中，培养幼儿良好的卫生行为和习惯，提高自我保健意识和能力，促进幼儿身心健康发展。现总结如下：

一、积极开展体育锻炼

根据幼儿年龄特点，制定实施计划，利用多种形式，确保计划落到实处。如晨间活动、户外活动、体育锻炼活动等，鼓励幼儿积极参与球类运动。此外，利用体育活动进行各项基本技能的练习；定期进行混龄、跨班户外活动，进一步激发幼儿体育锻炼的兴趣，增强幼儿的体质。

## 二、将健康教育渗透于幼儿的一日生活中。

幼儿的一日生活各个环节中，无时无刻不与健康发生着联系。教师应抓住契机，及时地对幼儿进行健康教育。对幼儿的日常行为我们教师做到有意识地引导，帮助他们强化那些对健康有利的行为，使幼儿这些良好的行为逐渐成为幼儿日常生活中自然的行为，并逐步养成有利于健康的好习惯。注重社会环境因素对幼儿身心健康的影响，如，可针对社会治安问题，适时进行相应的教育活动，教给幼儿一些最基本的自我保护策略，如不吃陌生人的东西，不随便跟人走等等。

## 三、开展教学活动渗透健康教育。

从两个方面考虑选择幼儿健康教育的内容。

1、针对幼儿的健康现状及其趋势选择教育内容，与幼儿的身心发展及日常生活经验密切相连。例如：幼儿中存在爱哭、胆小等现象，就可以选择有关的资料，进行有的放矢的针对性教育。

2、与幼儿的接受能力相符合。在幼儿健康教育的过程中，内容的深浅应符合幼儿的理解接受能力，将必要的内容以幼儿可接受的方式呈现出来。比如，我们要求幼儿“不偏食，不挑食”，实际上要说明“膳食均衡”有利于健康，但我们不能直接对幼儿讲“膳食均衡”的大道理，只能通过介绍各种各样的食物，让幼儿了解到每一种食物的主要特点，从而感受到只有样样食物都吃才会身体健康。

## 四、利用亲子游戏，携手家长共同参与健康教育。

结合课题的实施，在班级中开展亲子游戏和竞赛活动，提高孩子的活动兴趣，鼓励家长和孩子都积极参与，不但让孩子在活动中施展出自己的水平，也让家长了解到自己的孩子在动作发展方面的能力。十月份开展的体操比赛。十二月举行



的穿衣分豆比赛。通过活动逐渐引起家长对体育活动的重视，也使家长积极支持孩子所在班级的教师开展安全有意义的户外体育活动。

健康是幼儿的幸福之源，但愿通过实施一系列的健康教育活动，能激发起幼儿对运动的兴趣，体验到运动的快乐，从而形成健康的个性心理品质，促进身心和谐发展，使幼儿的一生都受益匪浅。

## 小班幼儿健康教育教案篇五

- 1、了解涂润肤霜的简单方法：把脸上每个地方都涂到。
- 2、知道天冷要保护皮肤。
- 3、了解润肤霜的品种及涂润肤霜的好处。

- 1、准备各种香味不一的润肤霜(放在桌上)。
- 2、每个润肤霜旁边放一面小镜子。

一、猜一猜：冬天到了，天气变冷了！今天老师收到了一份礼物，小朋友们想看看吗？(想)

- 1、教师神秘地拿起盒子：里面会是什么东西呢？
- 2、进一步引导：教师夸张地做“闻”的动作，有一股香味，会是什么呢？(鼓励幼儿随意猜想)

二、说一说：调动孩子生活经验。

小结：天冷了，皮肤很干燥，润肤霜涂在脸上会很舒服，能保护皮肤。

### 三、抹香香：学学涂面油的方法。

1、孩子操作“润肤霜怎么涂的?谁来试一试?”请个别孩子进行操作。

2、帮帮老师“我也要涂润肤霜，你们一起帮帮我，好吗?涂在哪里?”教师边说边涂粉：润肤霜，喷喷香，我要和你做朋友。

蘸一蘸：手指戴上小帽子。

点一点：点在哪里?额头、下巴、小鼻子，还有两旁小脸蛋。

抹一抹，我把粉儿抹开来;擦一擦，额头下巴都擦到。“快给我检查检查，我脸上每个地方都涂到了吗?哦，还有鼻子上没有涂到。

涂一涂：粉儿涂满小鼻子。再给我检查一下，我每个地方都涂到了，哦，每个地方都涂到了，我的脸好舒服。”

### 3、一起来涂面油。

1、“小朋友想涂吗?小桌子有润肤霜，你们去挑选自己喜欢的润肤霜试试。”

3、小结：我们真高兴，我们会自己保护皮肤了，我们把礼物放到娃娃家，每天都和它做朋友。

附儿歌：

润肤霜，喷喷香，我要和你做朋友。

蘸一蘸，手指戴上小帽子。

点一点，额头、下巴、小鼻子，还有两旁小脸蛋。

抹一抹，我把粉儿抹开来；

擦一擦，额头下巴都擦到。

涂一涂：粉儿涂满小鼻子。

## 小班幼儿健康教育教案篇六

1、在攀登中，能平稳地控制自己的身体，锻炼攀爬能力

2、喜欢参加体育活动，感受运动游戏的快乐

3、感知“1”和“许多”

室外大型滑梯、水果卡片粘贴到滑梯的高处、刺猬头饰1个

### （一）开始部分

1、激发兴趣，确定角色

师（戴着刺猬头饰）：“我是刺猬妈妈，你们是我的刺猬宝宝吗？”

2、教师带幼儿来到户外，做准备活动

“孩子们妈妈一起做运动”（放音乐）

### （二）基本部分

1、游戏《小刺猬运水果》

导入：“孩子们，现在是什么季节了？”“秋天到了了果园里的水果熟了”。一起说儿歌《秋天的水果》，“我们要做水果馅饼吃，宝宝们请每人到大树上运回1个水果。”

教师同时提出上滑梯的要求。

## 2、幼儿第一次运水果

幼儿到滑梯上摘水果，每只刺猬摘1个水果。回来后“小刺猬宝宝”数数自己有几个水果，即引导幼儿感知“1”。

## 3、幼儿第二次运水果

幼儿到滑梯上摘水果，每只刺猬摘1个和刚才不一样的水果。回来后“小刺猬宝宝”数数自己有几个水果，即引导幼儿再次感知“1”。

## 4、幼儿第三次运水果

比比看谁能运回更多的水果，鼓励幼儿想办法，不用手拿水果回到妈妈身边。回来后请“小刺猬宝宝”数数自己运了几个水果。即引导幼儿感知“许多”。

5、表扬鼓励幼儿。和幼儿一起互相交换粘贴各种水果，融洽师生情感。

### （三）结束部分

教师和幼儿身上沾满各种水果围坐在一起，认识各种水果，休息整理，体验收获的快乐结束。

### （四）延伸活动

美劳区和幼儿一起制作水果馅饼，促进小肌肉发展，为娃娃家增添游戏材料。

因为小班幼儿特别喜欢模仿，拟人化心理特征明显，所以小班幼儿需要教师经常与他们一起游戏，并以拟人化的活动形式理解和参与活动，才能满足他们爱模仿的心理需求。本次

活动因为满足了幼儿的心理需要，使幼儿对活动有兴趣，能够积极地参加，在活动中感受到了攀登运动游戏的快乐。

虽然教师是游戏的发起者，但并不等于是游戏的导演者。所以我准备了丰富、充足的活动材料（幼儿的绘画作品压膜），幼儿能根据自己的意愿选择材料，在自由游戏中，幼儿既是活动的主人又是活动的主体；既锻炼了大肌肉的发展，又促进了小肌肉的发展。

## 小班幼儿健康教育教案篇七

小班的孩子特别喜欢爬，而在日常生活中，由于安全、卫生等原因，教师和家长都不允许孩子尽情地爬。想到孩子们对于像小蚂蚁这样的动物比较喜欢，刚好小蚂蚁也是一种爬行的动物，于是我设置了一个蚂蚁妈妈带小蚂蚁散步、游戏的情境，让幼儿置身于游戏情境之中，在场景的变换中练习手膝着地自然协调地向前爬，以此来满足孩子爬的兴趣和欲望，并相应提高他们爬的能力，于是体育活动《蚂蚁运粮》便生成了。

1. 积极参加体育活动，感受小蚂蚁完成运粮任务的喜悦。
2. 学习手膝着地向前爬的动作。
3. 能手脚自然协调的向指定方向爬行。
4. 体验游戏的快乐。
5. 学会在日常生活中保持乐观的情绪，逐渐养成乐观开朗的性格。

### 1. 知识经验准备：

幼儿：已储备了有关蚂蚁生活习性的相关经验。

教师：熟悉幼儿的能力。

## 2. 物资材料准备：

沙包，报纸做的苹果若干，小粮袋人手一个，体操垫，背景音乐，轮胎做的粮仓。

1. 师：小朋友，今天跟陈老师来玩一个游戏，你们是小蚂蚁，我是蚂蚁妈妈。天气真晴朗，小蚂蚁们我们一起来活动活动吧！

2. 播放音乐《牛奶歌》，教师和孩子一起做热身运动。

## 二、学习手膝着地向前爬。

1. 幼儿自由探索爬的动作。

师：小蚂蚁我们的身体都运动开了，我们要来学本领了，看见前面的大城堡了吗？真漂亮，我们爬过草地去看一看吧！

2. 教师示范，重点强调手膝着地爬的动作要领。

师：走到垫子前蹲下，膝盖跪在垫子上，手掌掌心撑在垫子上，与肩同宽，眼睛看着前方，朝着目标爬。

3. 幼儿个别、集体练习爬的动作。

## 三、游戏《蚂蚁运粮》，巩固手膝着地爬的动作要领

1. 运粮食师：蚂蚁宝宝真厉害，本领都学会了，冬天到了，我们要去寻找粮食过冬了，现在我们要到对面去运粮食了，蚂蚁宝宝们去背好自己的粮食袋，我的蚂蚁宝宝都背好了粮食袋吗，下面要听清楚游戏要求了，找到粮食的时候，每只小蚂蚁每次只能运一袋粮食，多了爬不动的，记住了吗？一次运几袋粮食？在运粮食的过程中会很困难的，我们要勇敢的，我们要先走过独木桥，用妈妈教给你的本领爬过草地，才能找到

粮食，然后把粮食运回家。蚂蚁宝宝们，出发啦！

师：蚂蚁宝宝都找粮食了，蚂蚁妈妈发现那边还有很多的粮食，你们再去把它运回来吧，记住一只蚂蚁只能运一袋粮食哦！

游戏玩法：蚂蚁宝宝背好自己的粮食袋，要先走过独木桥，爬过草地，到那边找粮食，然后把粮食运回家。

游戏规则：每只小蚂蚁每次只能运一袋粮食。

2. 运大苹果师：蚂蚁宝宝我们的粮食还不够，你们看那边苹果树下，掉下来了许多的苹果，可是这个苹果对于我们蚂蚁来说太大了，我们该怎么把它运回来了？（团结合作一起把它运回家）要先走到垫子前面，在爬过草地，把苹果在运回家，你们运回来的苹果就放在我们家门口的大篮子里。

（1）蚂蚁妈妈与蚂蚁们宝宝们讨论怎样把大苹果运回家呢？

（2）鼓励幼儿两两合作把大苹果运回家。

三、结束部分。

师：蚂蚁宝宝运回来了这么多食物，这个冬天我们就会过的很丰盛了，来宝宝我们一起来庆贺一下！

1. 庆祝小蚂蚁完成运粮任务，感受喜悦的心情。

2. 放松练习，整理收拾器材。

## 小班幼儿健康教育教案篇八

《幼儿园教育指导纲要》指出：“用幼儿感兴趣的方式发展基本动作，提高动作的协调性、灵活性。”小班幼儿活泼好

动，但因身体发育尚不完善，整体动作水平较低，运动能力相对较差且不稳定。因此，我选择《动一动真有趣》这个活动，通过探索自身各部位的运动，模仿几种有趣的运动，提高幼儿动作的协调性、灵活性，满足幼儿好动的心理需要。

本活动运用情境教学法、启发提问法、动静交替法、探索实践法、角色模仿法等多种教学方法，整个活动力图对幼儿创设一个宽松、自然、生动、有趣的游戏环境，引领幼儿主动探究，让幼儿在说说、做做、学学的轻松氛围中获得积极的情感体验、积累基本的运动经验，实现自主、协调发展。

- 1、模仿几种有趣的运动，体验运动的快乐。
- 2、根据儿歌内容快速反应做动作。
- 3、知道运动能使人健康。
- 4、体验模仿的乐趣。
- 5、在活动中将幼儿可爱的一面展现出来。

重点：模仿几种有趣的'运动，体验运动的快乐。

难点：根据儿歌内容快速反应做动作。

音乐：入场热身音乐、运动身体音乐、器械运动音乐、毛毛虫爬行音乐、放松离场音乐

视频：毛毛虫爬行视频

器材：彩色隧道、跳竿、轮胎、小推车

## 一、热身活动

教师带领幼儿边念儿歌边做动物模仿操入场，营造运动氛围，



在轻松的环境中引导幼儿进入活动的主题。

## 二、身体各部位的运动

1、刚才的动物模仿操让我们的身体都动了起来，谁知道我们的身

体都有哪些地方能动？

教师小结：哦，原来我们身体上有这么多地方能动呢，让我们随音乐一起运动起来吧！

2、跟随音乐做身体各部位的动作，感受动一动的快乐。

## 三、借助器械的运动

1、教师：“除了自己的身体能运动，老师还能和球一起做运动呢。”教师表演拍球，“你会和什么做运动？”

2、介绍运动器械，提醒幼儿注意安全，选择一种自己喜欢的东西做运动。

## 四、模仿动物的运动

1、教师：“哇，运动的感觉真好啊，小动物们也想跟我们一起运动呢，听，谁来了？播放音乐，引导幼儿根据儿歌内容做相应的动作。

2、老师还知道一种有趣的动物呢，仔细观察它是怎么运动的。

播放毛毛虫爬行的视频，请幼儿观察并模仿。

3、你们知道运动对我们的身体有什么好处吗？（不感冒、长得高）

教师小结：运动可以帮助我们锻炼身体，少生病更健康！

## 五、放松结束

教师：“做了这么多有趣的运动，我们都累了，放松一下吧。”

带领幼儿深呼吸、转转头、捏捏胳膊、敲敲腿，做放松运动离场。

孩子们很喜欢模仿小动物做动作，他们喜欢像小鸟一样飞，像小兔那样欢快的跳跃。在活动中锻炼了幼儿的身体，愉悦了幼儿的身心。